**1) Тест Изабеллы Майерс-Бригс**  
  
Ниже приводится переработанный тест Изабеллы Майер Бригс из института К. Г. Юнга в Цюрихе для определения психологических типов по Юнговской типологии. Каждый ответ в тесте оценивается баллами от 0 до 2. Просуммировав баллы в каждой колонке, вы приблизительно установите, каково у вас соотношение того или иного признака. Отвечать на вопросы желательно не задумываясь, как бы автоматически, не зная заранее, к какому результату это приведет.

|  |  |
| --- | --- |
| **Рациональный тип** | **Иррациональный тип** |
| 1. Предпочитает иметь возможность планировать свою работу и работать по плану. | 1. Обычно хорошо приспосабливается к меняющимся ситуациям. |
| 2. Любит, чтобы понятия были сформулированы предельно ясно. | 2. Не обращает внимания на нерешённые вопросы. |
| 3. Решения принимает быстро. | 3. Испытывает затруднения в принятии решений. |
| 4. Не любит прерывать текущую работу для того, чтобы переключиться на неотложную. | 4. Может начать слишком много работ сразу и с трудом их заканчивает. Любит откладывать неприятную работу на потом. |
| 5. Может не обращать внимания на новые обстоятельства, на которые необходимо отреагировать. | 5. Замечает новые обстоятельства, на которые тут же реагирует. |
| 6. Хочет знать только то, что имеет отношение к его работе. | 6. Хочет знать всё, что касается новой работы. Любопытен, любит новый взгляд на вещи, на людей и на ситуации. |
| 7. Редко меняет свои взгляды. Довольствуется раз вынесенным суждением. | 7. Непоследователен, часто меняет свои мнение и взгляды. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Экстравертный тип** | **Интровертный тип** |
| 1. Любит разнообразие и действие. | 1. Любит сосредоточенность и тишину. |
| 2. Предпочитает быстроту, не любит сложных процедур. | 2. Стремится быть внимательным в мелочах, не любит безответственных утверждений. |
| 3. Любезен и оживлён в общении, много и охотно общается. | 3. С трудом запоминает имена и лица. Избирателен в общении. Заботится о качестве своего окружения. |
| 4. Не любит подолгу заниматься одним и тем же делом, раздражается долговременностью работ и медлительностью процессов. | 4. Спокойно воспринимает необходимость непрерывно работать над долговременным заданием. |
| 5. Интересуется результатами работы и способом её выполнения. | 5. Интересуется смыслом выполняемой работы. |
| 6. Не обращает внимания на перерывы в работе, вызванные неожиданными визитами или телефонными звонками. | 6. Не любит отвлекаться на неожиданные визиты и телефонные звонки. |
| 7. Действует по возможности быстро, редко задумывается, прежде чем что-то сделать. | 7. Раздумывает, прежде чем действовать, а иногда и вместо того, чтобы действовать. |
| 8. Коммуникабелен, активно общается, любит разнообразить своё окружение. | 8. Хорошо работает в одиночку. Быстро устаёт от общения. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Сенсорный тип** | **Интуитивный тип** |
| 1. Предпочитает решать задачи, имеющие стандартный способ решения. | 1. Любит решать новые задачи и оригинальным способом. |
| 2. Спокойно и без раздражения занимается рутинной работой. | 2. Не любит возвращаться к прежней работе, не любит заново её переделывать, не любит делать её повторно. |
| 3. Больше предпочитает совершенствовать знакомые средства, чем изучать новые. | 3. Больше любит изучать новые методы, чем пользоваться ими. |
| 4. Работает стабильно, имеет реальное представление о сроках окончания работы. | 4. Работает нестабильно, импульсивно, периоды энтузиазма чередуются с периодами спада. |
| 5. К умозаключению приходит последовательно и постепенно путём анализа промежуточных суждений. | 5. К умозаключению приходит скачкообразно. |
| 6. Беспокоится, если ситуация слишком усложняется. | 6. В сложных ситуациях спокоен. |
| 7. В рутинной, застойной ситуации спокоен. | 7. В рутинной, застойной ситуации бесспокоен. |
| 8. Редко доверяет вдохновению: начинает работать ещё до того, как оно приходит. | 8. Вдохновляется собственными идеями, как плохими, так и хорошими. |
| 9. В работе с фактами внимателен и точен. | 9. Нередко делает фактические ошибки. |
| 10. Кропотливую работу любит и хорошо выполняет. | 10. Не любит тратить время на уточнения и проработку деталей. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Логический тип** | **Этический тип** |
| 1. Сдержан в проявлении эмоций. Чувствами других людей мало интересуется. | 1. Интересуется чувствами окружающих его людей. |
| 2. Не замечает нанесённых им обид. | 2. Любит дарить радость в мелочах. |
| 3. Любит анализировать и устанавливать логический порядок. | 3. Стремится к гармоничным взаимоотношениям с людьми. |
| 4. Предпочитает принимать решения независимо от своих симпатий и игнорируя мнение окружающих. | 4. Часто принимает решения под влиянием симпатий и желаний, как своих собственных, так и чужих. |
| 5. Нуждается в справедливом поощрении. | 5. Любит, чтобы его хвалили. |
| 6. При необходимости может спокойно говорить человеку неприятные вещи: сделать ему выговор или заставить его покраснеть. | 6. Не любит говорить людям неприятные вещи. |
| 7. Стремится быть в хороших отношениях только с людьми того же типа, что и он сам. | 7. Старается быть с большинством людей в хороших отношениях. |
| 8. Не боится показаться жестокосердным. | 8. Стремится быть приятным со всеми. |

**Результат:**

1. Рациональный, Экстравертный, Сенсорный, Логический - **ЛСЭ** - Штирлиц
2. Рациональный, Экстравертный, Сенсорный, Этический - **ЭСЭ** - Гюго
3. Рациональный, Экстравертный, Интуитивный, Логический - **ЛИЭ** - Джек
4. Рациональный, Экстравертный, Интуитивный, Этический - **ЭИЭ** - Гамлет
5. Рациональный, Интровертный, Сенсорный, Логический - **ЛСИ** - Максим
6. Рациональный, Интровертный, Сенсорный, Этический - **ЭСИ** - Драйзер
7. Рациональный, Интровертный, Интуитивный, Логический - **ЛИИ** - Робеспьер
8. Рациональный, Интровертный, Интуитивный, Этический - **ЭИИ** - Достоевский
9. Иррациональный, Экстравертный, Сенсорный, Логический - **СЛЭ** - Жуков
10. Иррациональный, Экстравертный, Сенсорный, Этический - **СЭЭ** - Наполеон
11. Иррациональный, Экстравертный, Интуитивный, Логический - **ИЛЭ** - Дон Кихот
12. Иррациональный, Экстравертный, Интуитивный, Этический - **ИЭЭ** - Гексли
13. Иррациональный, Интровертный, Сенсорный, Логический - **СЛИ** - Габен
14. Иррациональный, Интровертный, Сенсорный, Этический - **СЭИ** - Дюма
15. Иррациональный, Интровертный, Интуитивный, Логический - **ИЛИ** - Бальзак
16. Иррациональный, Интровертный, Интуитивный, Этический - **ИЭИ** - Есенин

**2) Цифровой тест В. Мегедь - А. Овчарова**  
  
В каждой паре утверждений, выделенных рамкой, необходимо выбрать только одно, которое Вам больше подходит. Номера выбранных утверждений последовательно запишите: 1 или 2; 3 или 4; 5 или 6; 7 или 8. Полученному четырёхзначному цифровому коду соответствует условное название Вашего типа личности.

|  |
| --- |
| **1.** Вам нравится ясность и определённость во всём, поэтому Вы не склонны менять свои планы, убеждения и привычки. Не любите ничего откладывать "на потом", умеете равномерно распределять нагрузку и укладываться в сроки. Предпочитаете иметь чётко обозначенные задачи и конкретный временной график работы. **2.** Вы не составляете чётких планов на будущее, так как любите действовать без подготовки, по ситуации, рассчитывая на находчивость. Легко переключаетесь с одного дела на другое, пересматриваете прежние взгляды и решения. Вам трудно укладываться в сроки, подчиняться определённому графику или распорядку. |

|  |
| --- |
| **3.** В своих решениях Вы, прежде всего, опираетесь на факты и здравый смысл, не ставя их в зависимость от Ваших чувств и отношений с окружающими. Умеете логично обосновывать свою точку зрения, руководствуясь аргументами и доказательствами, а не личными побуждениями. Считаете, что важнее быть правым, чем приятным, поэтому Вам порой не хватает дипломатичности и такта. **4.** Вас глубоко интересуют темы, связанные с чувствами и отношениями между людьми. Вы охотно участвуете в обсуждении и решении их личных проблем, стараетесь улучшить взаимопонимание, так как тяжело переживаете разногласия и обиды в своём окружении. Вам нравится делать другим комплименты просто так - для создания тёплой и приятной атмосферы общения. |

|  |
| --- |
| **5.** Вы - реалист и практик, любите больше действовать, чем размышлять, многие вещи предпочитаете делать своими руками, не доверяя этого другим. Охотно занимаетесь бытовыми делами, заботясь об окружающих. Ваши высказывания конкретны, и Вы не любите предположений и догадок, а также не испытанных на практике идей и методов работы. **6.** Вы - человек с развитым воображением, хорошо предвидите дальнейший ход событий. Склонны к сомнениеям, не всегда уверены в себе, часто проявляете непрактичность в материальных вопросах. Любите творческую деятельность, поиск и эксперимент больше, чем гарантированную выгоду. |

|  |
| --- |
| **7.** Вы не любите чем-либо выделяться среди окружающих, выставлять свои заслуги напоказ. Предпочитаете больше слушать собеседника, чем высказываться. Не стремитесь брать на себя инициативу и ответственность за других. Вам ясен и понятен свой внутренний мир, поступки и побуждения, но Вы не спешите рассказывать о себе и своих планах. **8.** Ваш внутренний мир достаточно сложный и противоречивый, поэтому Вам легче охарактеризовать знакомого человека, чем самого себя. Вы склонны поступать опрометчиво, можете брать на себя слишком много дел или обязательств. Нуждаетесь в переменах занятий, охотно проявляете инициативу в новых делах или знакомствах. |

***Ключ к тесту***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1357 | ЛСИ | Максим | 2357 | СЛИ | Габен |
| 1358 | ЛСЭ | Штирлиц | 2358 | СЛЭ | Жуков |
| 1367 | ЛИИ | Робеспьер | 2367 | ИЛИ | Бальзак |
| 1368 | ЛИЭ | Джек | 2368 | ИЛЭ | Дон Кихот |
| 1457 | ЭСИ | Драйзер | 2457 | СЭИ | Дюма |
| 1458 | ЭСЭ | Гюго | 2458 | СЭЭ | Наполеон |
| 1467 | ЭИИ | Достоевский | 2467 | ИЭИ | Есенин |
| 1468 | ЭИЭ | Гамлет | 2468 | ИЭЭ | Гексли |
|  |  |  |  |  |  |

**3) Опросник Кейрси для определения типа личности**  
  
Любой, познакомившись с соционикой, первым делом пытается определить свой тип. Сразу предупредим - дело это непростое. Самотипирование имеет свои как положительные, так и отрицательные стороны. Положительно то, что это позволяет Вам "покопаться" в себе, лучше узнать себя, сопоставить с другими. Кроме того кто как не Вы знаете свои так сказать "сокровенные уголки души", о которых не всегда можно рассказать постороннему человеку. Отрицательным в самотипировании является то, что по отношению к себе человек часто бывает необъективен (как в сторону переоценки, так и недооценки своих возможностей). Здесь необходим как бы взгляд со стороны. Причем родственники или знакомые также могут быть необъективны (из-за межличностных отношений). Тем не менее тесты необходимы. Мы приводим популярный тест-опросник известного психолога Кейрси для определения типа личности. Пользуйтесь, но помните, что даже с хорошим тестом (а этот тест - хороший) вероятность правильно типировать себя немногим больше 60%.

**Инструкция**

1. Это опросник для определения типичных способов поведения и личностных характеристик. Он состоит из 70 утверждений (вопросов), каждое из которых имеет два варианта ответа. Вам необходимо выбрать **один.** Все ответы равноценны, среди них нет "правильных" или "неправильных"! Поэтому не нужно "угадывать" ответ.  
2. Выберите ответ, который свойственен вашему поведению в большинстве жизненных ситуаций.  
3. Работайте последовательно, не пропуская вопросов.  
4. Отвечайте правдиво, если вы хотите узнать что-то о себе, а не о какой-то мифической личности.

**Тест**

*1. В компании (на вечеринке) Вы*   
а) общаетесь со многими, включая и незнакомцев;  
б) общаетесь с немногими - Вашими знакомыми.   
  
*2. Вы человек скорее*  
а) реалистичный, чем склонный теоретизировать;  
б) склонный теоретизировать, чем реалистичный.   
  
*3. По-Вашему, что хуже:*  
а) "витать в облаках";  
б) придерживаться проторенной дорожки.   
  
*4. Вы более подвержены влиянию*  
а) принципов, законов;  
б) эмоций, чувств.   
  
*5. Вы более склонны*  
а) убеждать;  
б) затрагивать чувства.  
  
*6. Вы предпочитаете работать*  
а) выполняя все точно в срок;  
б) не связывая себя определенными сроками.   
  
*7. Вы склонны делать выбор*  
а) довольно осторожно;  
б) внезапно, импульсивно.  
  
*8. В компании (на вечеринке) Вы*  
а) остаетесь допоздна, не чувствуя усталости;  
б) быстро утомляетесь и предпочитаете пораньше уйти.  
  
*9. Вас более привлекают*  
а) здравомыслящие люди;  
б) люди с богатым воображением.   
  
*10. Вам интересно*  
а) то, что происходит в действительности;  
б) те события, которые могут произойти.  
  
*11. Оценивая поступки людей, Вы больше учитываете*  
а) требования закона, чем обстоятельства;  
б) обстоятельства, чем требования закона.   
  
*12. Обращаясь к другим, Вы скпонны*  
а) соблюдать формальности, этикет;  
б) проявлять свои личные, индивидуальные качества.   
  
*13. Вы человек скорее*  
а) точный, пунктуальный;  
б) неторопливый, медлительный.  
  
*14. Вас больше беспокоит необходимость*  
а) оставлять дела незаконченными;  
б) непременно доводить дела до конца.  
  
*15. В кругу знакомых Вы, как правило*  
а) в курсе происходящих событий;  
б) узнаете о новостях с опозданием.  
  
*16. Повседневные дела Вам нравится делать*  
а) общепринятым способом;  
б) своим оригинальным способом.  
  
*17. Предпочитаю таких писателей, которые*  
а) выражаются буквально, напрямую;  
б) пользуются аналогиями, иносказаниями.   
  
*18. Что Вас больше привлекает*  
а) стройность мысли;  
б) гармония человеческих отношений.   
  
*19. В чувствуете себя увереннее*  
а) в логических умозаключениях;  
б) в практических оценках ситуаций.  
  
*20. Вы предпочитаете, когда дела*  
а) решены и устроены;  
б) не решены и пока не улажены.  
  
*21. Как по-Вашему, Вы человек, скорее*  
а) серьезный, определенный;  
б) беззаботный, беспечный.  
  
*22. При телефонных разговорах Вы*  
а) заранее не продумываете все, что нужно сказать;  
б) мысленно "репетируете" то, что будет сказано:  
  
*23. Как Вы считаете, факты*  
а) важны сами по себе;  
б) есть проявления общих закономерностей.   
  
*24. Фантазеры, мечтатели обычно*   
а) раздражают Вас;  
б) довольно симпатичны Вам.   
  
*25. Вы чаще действуете как человек*  
а) хладнокровный;  
б) вспыльчивый, горячий.   
  
*26. Как по-Вашему, хуже быть*  
а) несправедливым;  
б) беспощадным.  
  
*27. Обычно Вы предпочитаете действовать*  
а) тщательно взвесив все возможности;  
б) полагаясь на волю случая.   
  
*28. Вам приятнее*  
а) покупать что-нибудь;  
б) иметь возможность купить.   
  
*29 В компании Вы, как правило*  
а) первым заводите беседу;  
б) ждете, когда с Вами заговорят.   
  
*30. Здравый смысл*  
а) редко ошибается;  
б) часто попадает впросак.   
  
*31. Детям часто не хватает*  
а) практичности;  
б) воображения.  
  
*32. В принятии решений Вы руководствуетесь скорее*  
а) принятыми нормами;  
б) своими чувствами, ощущениями.   
  
*33. Вы человек скорее*  
а) твердый, чем мягкий;  
б) мягкий, чем твердый.  
  
*34. Что, по-Вашему, больше впечатляет*  
а) умение методично организовать;  
б) умение приспособиться и довольствоваться достигнутым.  
  
*35. Вы больше цените*  
а) определенность, законченность;  
б) открытость, многовариантность.  
  
*36. Новые и нестандартные отношения с людьми*   
а) стимулируют, придают Вам энергии;  
б} утомляют Вас.  
  
*37. Вы чаще действуете как*  
а) человек практического склада;  
б) человек оригинальный, необычный.   
  
*38. Вы более склонны*  
а) находить пользу в отношениях с людьми;  
б) понимать мысли и чувства других.  
  
*39. Что приносит Вам больше удовлетворения*  
а) тщательное и всесторонне обсуждение спорного вопроса;  
б) достижение соглашения по поводу спорного вопроса.  
  
*40. Вы руководствуетесь более*  
а) рассудком;  
б) велениями сердца.  
  
*41. Вам удобнее выполнять работу*  
а) по предварительной договоренности;  
б) которая подвернулась случайно.   
  
*42. Вы обычно полагаетесь*  
а) на организованность, порядок;  
б) на случайность, неожиданность.   
  
*43 Вы предпочитаете иметь*  
а) много друзей на непродолжительный срок;  
б) несколько старых друзей.  
  
*44. Вы руководствуетесь в большей степени*  
а) фактами, обстоятельствами;  
б) общими положениями, принципами.  
  
*45. Вас больше интересуют*  
а) производство и сбыт продукции;  
б) проектирование и исследования.   
  
*46. Что Вы считаете за комплимент*  
а) "Вот очень логичный человек";  
б) "Вот тонко чувствующий человек".   
  
*47. Вы более цените в себе*  
а) невозмутимость;  
б) увлеченность.  
  
*48. Вы предпочитаете высказывать*  
а) окончательные и определенные утверждения;  
б) предварительные и неоднозначные утверждения.   
  
*49. Вы лучше чувствуете себя*  
а) после принятия решения;  
б) не ограничивая себя решениями.   
  
*50. Общаясь с незнакомыми, Вы*  
а) легко завязываете продолжительные беседы;  
б) не всегда находите общие темы для разговора.   
  
*51. Вы больше доверяете*  
а) своему опыту;  
б) своим предчувствиям.  
  
*52. Вы чувствуете себя человеком*  
а) более практичным, чем изобретательным;  
б) более изобретательным, чем практичным.   
  
*53. Кто заслуживает большего одобрения -*  
а) рассудительный, здравомыслящий человек;  
б) человек, глубоко переживающий.   
  
*54. Вы более склонны*  
а) быть прямым и беспристрастным;  
б) сочувствовать людям.  
  
*55. Что, по-Вашему, предпочтительней*  
а) удостовериться, что все подготовлено и улажено;  
б) предоставить событиям идти своим чередом.   
  
*56. Отношения между людьми должны строиться*  
а) на предварительной взаимной договоренности;  
б) в зависимости от обстоятельств.   
  
*57. Когда звонит телефон, Вы*  
а) торопитесь подойти первым;  
б) надеетесь, что подойдет кто-нибудь другой.   
  
*58. Что Вы цените в себе больше*  
а) развитое чувство реальности;  
б) пылкое воображение.  
  
*59. Вы больше придаете значение*  
а) тому, что сказано;  
б) тому, как сказано.  
  
*60. Что выглядит большим заблуждением*  
а) излишняя пылкость, горячность;  
б) чрезмерная объективность, беспристрастность.   
  
*61. Вы в основном считаете себя*  
а) трезвым и практичным;  
б) сердечным и отзывчивым.  
  
*62. Какие ситуации привлекают Вас больше*  
а) регламентированные и упорядоченные;  
б) неупорядоченные и нерегламентированные.   
  
*63. Вы человек, скорее*  
а) педантичный, чем капризный;  
б) капризный, чем педантичный.  
  
*64. Вы чаще склонны*  
а) быть открытым, доступным людям;  
б) быть сдержанным, скрытным.  
  
*65. В литературных произведениях Вы предпочитаете*  
а) буквальность, конкретность;  
б) образность, переносный смысл.   
  
*66. Что для Вас труднее*  
а) находить общий язык с другими;  
б) использовать других в своих интересах.   
  
*67. Чего бы вы себе больше пожелали*  
а) ясности размышлений;  
б) умения сочувствовать.   
  
*68. Что хуже*  
а) быть неприхотливым;  
б) быть излишне привередливым.   
  
*69. Вы предпочитаете*  
а) запланированные события;  
б) незапланированные события.   
  
*70. Вы склонны поступать скорее*  
а) обдуманно, чем импульсивно;  
б) импульсивно, чем обдуманно.

|  |
| --- |
| Условные обозначения типов: |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ИЛИ | INTP | Бальзак | Критик |
| СЭЭ | ESFP | Наполеон | Политик |
| СЛИ | ISTP | Габен | Мастер |
| ИЭЭ | ENFP | Гексли | Советчик |
| ЭИИ | INFJ | Достоевский | Гуманист |
| ЛСЭ | ESTJ | Штирлиц | Администратор |
| ЭСИ | ISFJ | Драйзер | Хранитель |
| ЛИЭ | ENTJ | Джек | Предприниматель |
| СЭИ | ISFP | Дюма | Посредник |
| ИЛЭ | ENTP | Дон Кихот | Искатель |
| ИЭИ | INFP | Есенин | Лирик |
| СЛЭ | ESTP | Жуков | Маршал |
| ЛСИ | ISTJ | Максим | Инспектор |
| ЭИЭ | ENFJ | Гамлет | Наставник |
| ЛИИ | INTJ | Робеспьер | Аналитик |
| ЭСЭ | ESFJ | Гюго | Энтузиаст |

**Подсчет очков**

Если на вопросы 1, 8, 15, 22, 29, 36, 43, 50, 57, 64 у Вас преобладают ответы "а" - Вы экстраверт **(E)**, ответы "б"- Вы интроверт **(I)**.  
Если на вопросы 2, 3 9, 10, 16, 17, 23, 24, 30, 31. 37, 38, 44, 45, 51, 52, 58, 59, 65, 66 большинство ответов "а" - Вы сенсорный **(S)** тип, ответы "б" - Вы интуитивный **(N)**.  
Если на вопросы 4, 5, 11, 12, 18, 19, 25, 26, 32. 33, 39. 40, 46, 47, 53, 54, 60, 61, 67. 68 преобладают ответы "а" - Вы мыслительный (логик **(T)**), ответы "б"- чувствующий (этик **(F)**) тип.  
И наконец, если на вопросы 6, 7, 13, 14, 20, 21, 27, 28, 34, 35, 41, 42, 48, 49, 55, 56, 62, 63, 69, 70 у Вас преобладают ответы "а" - Вы решающий (рациональный **(J)**), ответы "б"- воспринимающий (иррациональный **(P)**).  
Получившийся четырехбуквенный код (например, ENFP или ISTJ) - это и есть ваш социотип.  
  
  
  
  
  
**4) Опросник Гуленко. Идентификатор типов № 1**  
  
В каждой паре утверждений выберите лишь одно, с которым вы больше согласны (если сомневаетесь, спросите у людей, давно знающих Вас):   
  
1. Расходую энергии больше, чем сохраняю  
2. Сохраняю энергию легче, чем расходую ее   
  
3. Нередко сожалею об излишней активности  
4. Нередко сожалею о недостаточной активности  
  
5. Контакты с незнакомыми не напрягают меня   
6. Контакты с незнакомыми требуют усилий   
  
7. Я — человек открытый  
8. Не могу раскрываться полностью  
  
9. Моя деятельность свободно растет вширь  
10. Моя деятельность скорее углубляется, чем расширяется   
  
11. Принимаюсь за новые и новые дела  
12. Постоянно ограничиваю круг забот   
  
13. Лучше рассуждаю, чем воспринимаю  
14. Лучше воспринимаю, чем рассуждаю   
  
15. Последователен и надежен, но не хватает гибкости  
16. Гибок я изменчив, но не хватает последовательности  
  
17. Лучше, если продумываю заранее  
18. Лучше, если поступаю по ситуации   
  
19. Спокоен лишь тогда, когда все отлажено  
20. Не могу без постоянной смены впечатлений   
  
21. Легче концентрируюсь, чем расслабляюсь  
22. Легче расслабляюсь, чем концентрируюсь   
  
23. Обладаю равномерной работоспособностью  
24. Живу ритмическими подъемами и спадами   
  
25. Получаю ощутимый результат сегодня   
26. Повседневные запросы откладываю на завтра   
  
27. Я скорее практик, чем экспериментатор  
28. Я скорее экспериментатор, чем практик  
  
29. Успешно занимаюсь тем, что проверено и надежно  
30. Эффективен в необычном, непонятном  
  
31. Больше воплощаю, чем задумываю  
32. Больше задумываю, чем воплощаю   
  
33. Если ничего не ясно, активно собираю сведения  
34. Если ничего не ясно, полагаюсь на свою интуицию  
  
35. С моей практичностью я нигде не пропаду  
36. Моя непрактичность беспокоит моих близких   
  
37. Эмоции никогда не затрагивают меня глубоко  
38. Я — человек переживаний и чувств   
  
39. Окружающие больше ценят мою логичность  
40. Окружающие больше ценят мою человечность  
  
41. Во всем опираюсь на критерии и расчеты  
42. Тонко чувствую отношения и симпатии   
  
43. Сдержанно благодарю  
44. Эмоционально откликаюсь  
  
45. Умом живу больше, чем сердцем  
46. Сердцем живу больше, чем умом  
  
47. Охотнее анализирую и упорядочиваю  
48. Охотнее общаюсь с близкими людьми

Сосчитайте, в каком признаке внутри каждой приведенной ниже пары у вас больше положительных ответов:   
  
Экстраверсия — 01, 03, 05, 07, 09, 11  
Интроверсия — 02, 04, 06, 08, 10, 12   
Рациональность — 13, 15, 17, 19, 21, 23  
Иррациональность — 14, 16, 18, 20, 22, 24   
Сенсорика — 25, 27, 29, 31, 33, 35  
Интуиция — 26, 28, 30, 32, 34, 36   
Логика — 37, 39, 41, 43, 45, 47  
Этика — 38, 40, 42, 44, 46, 48   
  
*взято с http://www.socionics.kiev.ua/index.html*  
  
**5) Опросник Гуленко. Идентификатор типов № 2**  
  
В каждой паре утверждений выберите лишь одно, с которым вы больше согласны (если сомневаетесь, спросите у людей, давно знающих Вас):   
  
**Раздел I**   
  
1. Лучше, если продумываю заранее  
2. Лучше, если поступаю по ситуации   
  
3. Последователен и надежен, но не хватает гибкости  
4. Гибок и изменчив, но не хватает последовательности   
  
5. Спокоен лишь тогда, когда все отлажено  
6. Не могу без постоянной смены впечатлений   
  
7. Обладаю равномерной работоспособностью  
8. Живу ритмическими подъемами и спадами   
  
9. Мое настроение, если не испортят, будет стабильным  
10. Мое настроение неустойчиво само по себе   
  
11. Нормы и обязательства организуют мою работу  
12. Свобода от обязательств мне жизненно необходима  
  
13. С трудом меняю принятое решение, если оно обосновано  
14. Легко отказываюсь от решении, если условия изменились   
  
15. Постоянно напряжен несколько больше, чем надо  
16. Постоянно расслаблен несколько больше, чем надо   
  
17. Лучше объясняю, чем подмечаю  
18. Лучше подмечаю, чем объясняю   
  
19. Плохо переношу резкие, непредвиденные повороты  
20. Неожиданная смена моих планов для меня обычна   
  
21. Легко придерживаюсь твердого графика   
22. Не могу долго заниматься одним, даже если нужно   
  
23. Мои усилия распределяются равномерно  
24. Сначала запускаю, а потом наверстываю упущенное   
  
25. Окружающие считают меня последовательным  
26. Окружающие считают меня гибким   
  
27. Не затеваю нового, пока не разобрался с предыдущим  
28. Обычно затеваю несколько дел сразу   
  
29. Плохое настроение мало сказывается на моей работе  
30. Сильно завишу от своих внутренних биоритмов   
  
31. Я — человек долга и дисциплины  
32. Окружающим непонятны перепады моего состояния   
  
33. Лучше рассуждаю, чем воспринимаю  
34. Лучше воспринимаю, чем рассуждаю   
  
35. Плохо себя чувствую, когда вокруг неразбериха  
36. Спокойно лавирую между противоположностями   
  
*Утвердительные ответы на преимущественно четные утверждения раздела I свидетельствуют о преобладании иррациональности, на нечетные - рациональности.*  
  
**Раздел II**  
  
37. Завязываю контакты легче, чем расстаюсь  
38. Ожидаю контакты от других людей   
  
39. Я — человек действительно широкой души  
40. Не могу заставить себя раскрыться   
  
41. Масштабы моей деятельности свободно растут  
42. Моя деятельность направлена вглубь, а не вширь  
  
43. Принимаюсь за новые и новые дела  
44. Все время ограничиваю круг забот   
  
45. Трачу энергию не задумываясь  
46. Легко экономлю энергию   
  
47. С удовольствием рассказываю или показываю  
48. Спокойнее, когда слушаю или наблюдаю   
  
49. Я — человек открытый  
50. Я — человек сдержанный   
  
51. Моя деятельность разворачивается вширь  
52. Не расширяюсь, пока не освою приобретенное  
  
53. Уверенно работаю, когда завязываю контакты  
54. Уверенно работаю, когда контактов поменьше   
  
55. Использую информации больше, чем сберегаю  
56. Сберегаю информации больше, чем использую   
  
57. Внешние проблемы решаю быстрее, чем внутренние  
58. Внутренние проблемы решаю быстрее, чем внешние   
  
59. В деле совершенно забываю о себе  
60. Быстро останавливаюсь даже увлекшись  
  
61. Я больше вокруг себя, чем в себе  
62. Я больше в себе, чем вокруг себя   
  
63. Отдаю сил больше, чем сохраняю  
64. Сохраняю сил больше, чем отдаю   
  
65. Мне бывает легче понять другого, чем самого себя  
66. Свои мотивы мне понять легче, чем поступки других   
  
67. Больше трачу энергии, чем накапливаю  
68. Больше сберегаю энергии, чем растрачиваю   
  
69. Контакты с незнакомыми не напрягают меня  
70. Контакты с незнакомыми требуют усилий   
  
71. Нередко сожалею об излишней активности  
72. Нередко сожалею о недопроявленной активности   
  
*Утвердительные ответы на преимущественно четные утверждения раздела II свидетельствуют о преобладании интроверсии, на нечетные — экстраверсии.*  
  
**Раздел III**  
  
73. При необходимости легко позабочусь о себе  
74. Забочусь о себе с большой неохотой   
  
75. Умело использую то, чем располагаю  
76. Больше задумываю, чем получаю реальную отдачу   
  
77. С моей практичностью я нигде не пропаду  
78. Моя непрактичность беспокоит моих близких   
  
79. Успешнее занимаюсь тем, что проверено и надежно  
80. Более эффективен в необычном, непонятном   
  
81. Получаю ощутимый результат сегодня  
82. Повседневные запросы откладываю на завтра   
  
83. Доверяю приобретенному опыту, а не интуиции  
84. Полагаюсь на свои предположения и догадки   
  
85. Мои практические навыки сильнее, чем воображение  
86. Мое воображение сильнее, чем практические навыки   
  
87. Ощущаю тело, уверенно стою на ногах  
88. Погружаясь в свой мир, забываю о самом насущном   
  
89. Я — человек конкретный и реалистичный  
90. Идеи и оригинальные предположения — моя стихия   
  
91. Исхожу из фактического положения дел  
92. Исхожу из возможностей и перспектив   
  
93. Больше радости получаю от физических движений  
94. Больше радости получаю от внезапной мысли   
  
95. Больше осуществляю, чем придумываю  
96. Больше придумываю, чем осуществляю   
  
97. Подмечаю все, что происходит вокруг  
98. Вижу лишь то, чему придаю значение   
  
99. Мои предложения отличаются надежностью  
100. Мои предложения отличаются необычностью   
  
101. Лучше вижу способы достижения цели  
102. Лучше вижу цель, чем способы ее достижения   
  
103. Если ничего не ясно, активно собираю сведения  
104. Если ничего не ясно, полагаюсь на свою интуицию   
  
105. Когда рассказываю, излагаю все без изменений  
106. Когда рассказываю, домысливаю интересные детали   
  
107. Я скорее использователь, чем экспериментатор  
108. Я скорее экспериментатор, чем использователь   
  
*Утвердительные ответы на преимущественно четные утверждения раздела III свидетельствуют о преобладании интуиции, на нечетные — сенсорики.*  
  
**Раздел IV**  
  
109. Веду себя хладнокровно  
110. Глубоко переживаю и чувствую   
  
111. Мою рассудительность ценят больше чувства  
112. Мою человечность ценят больше, чем рассуждения  
  
113. Опираюсь на критерии и расчеты  
114. Хорошо чувствую отношения и симпатии   
  
115. Сдержанно благодарю  
116. Эмоционально откликаюсь  
  
117. Мною движет необходимость, а потом симпатия  
118. Мною движет симпатия, а потом необходимость   
  
119. Рассудком живу больше, чем сердцем  
120. Сердцем живу больше, чем рассудком   
  
121. Больше внимания уделяю обоснованности и полезности  
122. Больше внимания уделяю добру и злу   
  
123. Холодность людей не беспокоит меня  
124. Переживаю, если дорогие люди проявляют холодность   
  
125. У меня малоэмоциональный голос  
126. В моем голосе много оттенков   
  
127. Больше реагирую на содержание разговора  
128. Очень реагирую на интонации говорящего   
  
129. Лучше излагаю мысли, чем передаю настроение  
130. Лучше передаю настроение, чем излагаю мысли   
  
131. Лучше докажу, чем буду уговаривать  
132. Лучше уговорю, чем буду доказывать   
  
133. Остро реагирую на абсурд и нелогичность  
134. Острее реагирую на грубость и неблагодарность   
  
135. Друзей выбираю больше по надежности, чем симпатии  
136. Друзей выбираю больше по симпатии, чем надежности   
  
137. Эмоции не затрагивают меня глубоко  
138. Чувства и переживания сопровождают мои поступки   
  
139. С удовольствием анализирую и упорядочиваю  
140. С удовольствием общаюсь с дорогими людьми   
  
141. Начинаю с анализа ситуации  
142. Начинаю с установления хороших отношений   
  
143. Больше завоевываю уважение компетентностью и умом  
144. Больше привлекаю людей человечностью и сочувствием   
  
*Утвердительные ответы на преимущественно нечетные утверждения раздела IV свидетельствуют о преобладании логики, на четные — этики.*   
  
*взято с http://www.socionics.kiev.ua/index.html*  
  
**6) Опросник для детей**

|  |  |
| --- | --- |
| **Рациональность** | **Иррациональность** |
| 1. Обычно я заранее выхожу из дома, чтобы быть спокойным и не бояться опоздать в школу, на встречу с друзьями, на день рождения. | 1. Мне трудно вовремя встать утром и собраться, поэтому я часто опаздываю в школу, иногда расстраиваюсь из-за этого. |
| 2. Держу свою одежду, книжки и игрушки в одном и том же месте и не люблю, когда их перекладывают. | 2. Я не люблю собирать свои вещи, мне нравится их перекладывать, хотя иногда я не могу найти то, что нужно. |
| 3. Сержусь, когда кто-то отвлекает меня от моих занятий. Делать несколько дел одновременно я не люблю, предпочитаю все делать по порядку. | 3. Я могу одновременно заниматься несколькими интересными для меня делами: смотреть телевизор, учить стих, разговаривать по телефону, играться. |
| 4. Придя из школы, я прежде всего делаю уроки, а потом занимаюсь другими делами или иду гулять на улицу. | 4. У меня часто меняется настроение само по себе. Бывает очень трудно заставить себя делать что-нибудь полезное, но неинтересное. |
| 5. Я сам составляю планы своих занятий и обычно довожу начатое до конца. | 5. Могу набрать слишком много поручений, начать разных дел, а потом не знаю, как их успеть выполнить. |
| **Логика** | **Этика** |
| 1. Я наблюдаю за красивыми явлениями природы с интересом, но они не вызывают у меня глубоких чувств. | 1. Я получаю большое удовольствие, наблюдая такие красивые явления природы, как закат солнца, утренний рассвет, радугу. |
| 2. Я слушаю музыку, чтобы узнать что-то новое или расслабиться. Часто я не знаю, нравится мне конкретная музыка или нет. | Музыка и песни глубоко затрагивают мои чувства, я испытываю самые разнообразные эмоции, люблю танцевать под музыку. |
| 3. Поссорившись с другом, я веду себя сдержанно и холодно по отношению к нему. Редко иду на примирение первым. | 3. В душе я очень чувствительный человек, сильно переживаю, если поссорюсь с другом или подружкой, часто ищу примирения первым. |
| 4. Я помогаю друзьям или родственникам спокойно и по деловому, это не вызывает у меня особых переживаний. | 4. Мне приятно что-нибудь делать для друзей или родных, с удовольствием делаю им подарки. |
| 5. В игре я слежу за соблюдением правил, чувства и эмоции других игроков меня не очень задевают. | 5. Во время игры я чутко улавливаю, кто на кого обижается, хорошо чувствую настроения игроков. |
| **Сенсорика** | **Интуиция** |
| 1. Я стараюсь следить за чистотой своей одежды и обуви, сильно переживаю, когда испачкаю что-то или посажу пятно. | 1. Я по рассеянности не всегда замечаю, что у меня помята одежда или не чищена обувь. |
| 2. Одеваюсь я сам и в ту одежду, какую считаю нужным. Сержусь, когда мне в этом мешают. | 2. Мне бывает трудно решить, что одеть на себя. Я обычно советуюсь с другими или одеваю, что есть под рукой. |
| 3. Мне нравится участвовать в спортивных играх - хоккей, футбол, баскетбол, теннис. Я также люблю другие виды спорта - лыжи, бег, борьбу. | 3. Я предпочитаю играть в интеллектуальные игры, такие как: шахматы, шашки, го. Я люблю разгадывать кроссворды, решать головоломки. |
| 4. В свободное время с удовольствием шью, вяжу, леплю, выпиливаю. Мне нравится делать разные поделки своими руками. | 4. Мне часто приходят в голову разные мысли и идеи. Я люблю помечтать и пофантазировать. |
| 5. Я уверен в себе и при необходимости могу о себе позаботится. | 5. Я часто сомневаюсь, правильно ли я поступил. |
| **Экстраверсия** | **Интроверсия** |
| 1. Я не прочь посоревноваться, показать свои способности в деле. | 1. Я стараюсь не выделяться, держусь немного в стороне. |
| 2. Я сам выбираю себе друзей, первым знакомлюсь с ними. | 2. Я предпочитаю, чтобы знакомились со мной. |
| 3. Я уверен в своих поступках, поэтому поступаю чаще всего по своему желанию. | 3. Мне часто не хватает сил, чтобы поступать так, как я хочу. |
| 4. Я быстро отвечаю на любые вопросы, которые мне задают. | 4. Чтобы ответить на сложный вопрос, мне надо задуматься, сосредоточиться. |
| 5. Обычно я сам затеваю игру и ищу тех, кто за мной пойдет. | 5. В игре я больше помогаю своим друзьям, чем сам ее затеваю. |

*\*Взято с сайта http://www.socionics.kiev.ua/index.html*  
  
**7) Анкета для определения типа человека (А. Авила)**  
  
Заполните следующую анкету, чтобы определить тип, к которому Вы относитесь, или предложите этот тест Вашему знакомому или знакомой, чтобы узнать, к какому типу принадлежит он или она.

**Анкета для определения типа человека**

Хотя иногда кажется, что могут подойти оба варианта ответа, постарайтесь выбрать тот ответ, который описывает Вас лучше.

|  |
| --- |
| *1. Мне лучше удаётся черпать энергию:* E) в общении с другими людьми; I) во время уединённых размышлений.  *2. Когда я прихожу на шумное мероприятие, моя энергия и энтузиазм прибывают:* E) ближе к ночи, и если я разойдусь, может случиться так, что уйду домой последним; I) в самом начале, а потом я устаю и мне хочется домой.  *3. Что Вас больше привлекает:* E) пойти с подругой (другом) в шумное место, где много людей и развлекательных мероприятий, например, в ночной клуб или на вечеринку; I) остаться дома и заняться вмесье с Вашим другом (подругой) чем-нибудь приятным, например, посмотреть развлекательную программу по видео или угоститься вместе чем-нибудь вкусным.  *4. Когда я прихожу на свидание, обычно:* E) рот у меня не закрывается ни на минуту; I) веду себя спокойно и даже скованно, пока, наконец, не освоюсь.  *5. Чаще всего я знакомился с кем-то:* E) на вечеринках, в ночных клубах, на работе, в тренажёрных залах и бассейнах, на улице или когда мои друзья знакомили меня со своими друзьями; I) через объявления, в видеосалонах или когда мои близкие друзья или члены моей семьи лично представляли меня кому-то.  *6. У меня:* E) много знакомых и много (несколько близких друзей); I) несколько близких друзей и несколько знакомых.  *7. Мои любимые друзья чаще говорят обо мне:* E) "Можешь хоть немного посидеть спокойно?"; I) "Можешь хоть ненадолго вылезти из своей скорлупы?" |

|  |
| --- |
| *8. Чаще всего я знаю, что происходит вокруг:* N) благодаря своему воображению и предчувствиям; S) благодаря реалистическому представлению о том, что происходит здесь и теперь.  *9. Я предпочитаю доверять:* N) моей интуиции; S) непосредственным наблюдениям и опыту.  *10. Когда у меня завязываются отношения с кем-то, я уверен:* N) что в отношениях нет предела совершенству; S) "если всё складывается нормально, то пусть будет как есть"  *11. Когда мне хорошо с моей подругой (другом), я предпочитаю говорить:* N) о будущем, о том, что мы можем сделать или как нам добиться лучших результатов, о возможностях, которые предоставляет жизнь. Например, я могу рассуждать о новых научных открытиях или стремлюсь как можно лучше выразить свои чувства; S) о вещах практических, конкретных, о том, что существует "здесь и теперь". Например, я могу рассуждать о том, как следует дегустировать вина или рассказывать о намеченной на ближайшее время поездке.  *12. Я - человек, который:* N) предпочитает сначала составить себе целостное представление обо всём; S) в первую очередь схватывает детали и обращает внимание на подробности.  *13. Я - человек, который:* N) предпочитает жить в воображаемом, а не в реальном мире; S) предпочитает жить в реальном мире и мало полагается на своё воображение.  *14. Я всегда:* N) склонен много фантазировать о том, каким будет предстоящее свидание; S) склонен представлять что-то конкретное и предпочитаю, чтобы на свидании всё шло своим чередом. |

|  |
| --- |
| *15. Я предпочитаю принимать решения:* F) сначала в соответствии с тем, что мне подсказывает сердце, а потом (может быть) с помощью логики; T) сначала с помощью логики, а потом (может быть) в соответствии с тем, что мне подсказывает сердце.  *16. Я лучше замечаю:* F) когда людям необходима эмоциональная поддержка; T) когда люди говорят нелогичные вещи.  *17. Когда я расстаюсь с моим бывшим возлюбленным:* F) я часто отпускаю свои чувства и мне трудно смириться с тем, что этот человек уйдёт из моей жизни; T) хотя я и испытываю боль, но если уж я решил разорвать отношения, я постараюсь больше не думать о своём бывшем партнёре.  *18. Когда я встречаюсь с кем-то:* F) я склонен чаще оценивать то, насколько он подходит ко мне эмоционально, умеет ли он выражать свои чувства и отзывается ли он на нужды других людей; T) я склонен чаще оценивать то, насколько он подходит мне интеллектуально, умеет ли он обмениваться важными идеями, обсуждать и отстаивать свою точку зрения.  *19. Когда я не соглашаюсь со своим партнёром:* F) я делаю всё, чтобы не задеть его чувства, и я постараюсь удержать от тех слов, которые могут слишком сильно обидеть его; T) я обычно в открытую говорю, что думаю, потому что истина есть истина.  *20. Мои знакомые чаще описывают меня как:* F) добросердечного и тонкого человека; T) логического и прямого человека.  *21. Когда я встречаюсь с людьми по разным поводам, мне нужно, чтобы:* F) было проявлено дружелюбие и заинтересованность друг в друге; T) была достигнута определённая цель. |

|  |
| --- |
| *22. Если у меня есть время и деньги и мои друзья приглашают меня на следующий день отправиться с ними в экзотическое путешествие:* J) я сначала посмотрю, что у меня запланировано на ближайшие дни; P) я немедленно отправлюсь паковать вещи.  *23. На первом свидании:* J) я расстроюсь, если мой друг (подруга) опоздает; P) не беспокоюсь об этом, поскольку сам обычно опаздываю.  *24. Я предпочитаю:* J) знать наперёд, как будет проходить свидание: куда мы идём, кто ещё придёт туда, сколько я пробуду там, как мне одеться; P) чтобы свидание прошло спонтанно без предварительного планирования.  *25. Я предпочитаю, чтобы моя жизнь:* J) строилась по плану и была организованной; P) шла спонтанно и гибко.  *26. Что более характерно для Вас:* J) Вы приходите вовремя, остальные опаздывают; P) все приходят вовремя, Вы опаздываете.  *27. Я - такой человек, который:* J) принимает решения и приходит к определённым заключениям; P) ориентируется на открытые возможности и продолжает собирать информацию.  *28. Я - такой человек, который:* J) любит работать над чем-то одним, пока не добьётся результата; P) легко работает сразу над несколькими вещами сразу. |

**Подведём итоги**

Сложите свои ответы по каждому из четырёх блоков, в которых содержится по 7 вопросов, а затем напишите полученное число над каждой буквой. В каждой паре обведите то число, которое больше.

**Ваш тип**

\_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_

E I N S F T J P

**16 типов людей**

Ниже приведены 16 типов людей и их описания. Найдите соответствующий Вам (или Вашему знакомому или знакомой) тип:  
*(привожу наиболее часто употребляемые названия типов, дабы избежать недомолвок и уберечь себя и Вас от долгих разъяснений, что Философ-идеалист здесь Есенин, а Администратор почему-то Максим...)*  
  
*1.* ***INFP*** *- Есенин  
"Нет ничего лучше любви, она приносит с собой покой, мир и доброту".  
2.* ***INFJ*** *- Достоевский  
"Мой разум, сердце и душа переполнены любовью".  
3.* ***ENFP*** *- Гексли  
"Любовь несёт в себе тайну, она кружит нам голову, она дарит радость".  
4.* ***ENFJ*** *- Гамлет  
"Любить - значит жить ради того, кто любит меня".  
5.* ***INTP*** *- Бальзак  
"Любовь - одно из многих понятий".  
6.* ***INTJ*** *- Робеспьер  
"Любовь можно проанализировать и усовершенствовать".  
7.* ***ENTP*** *- ИЛЭ  
"Сначала я изобретаю любовь у себя в голове".  
8.* ***ENTJ*** *- Джек  
"Любовь увеличивает мою власть, влияние и достижения".  
9.* ***ISFJ*** *- Драйзер  
"Любовь стоит того, чтобы жертвовать собой".  
10.* ***ISTJ*** *- Максим  
"В основе любви лежат долг и ответственность".  
11.* ***ESFJ*** *- Гюго  
"Любовь - это служение другим".  
12.* ***ESTJ*** *- Штирлиц  
"Любовь может стоять только на нерушимом фундаменте таких ценностей, как семья, традиция и терпимость".  
13.* ***ISFP*** *- Дюма  
"В любви люди проявляют своё естество, нежность и преданность".  
14.* ***ISTP*** *- Габен  
"Любовь - это действие".  
15.* ***ESTP*** *- Жуков  
"Любовь всегда должна волновать и возбуждать".*  
  
*\*А. Авила, "Найди свою любовь! Типы людей и их совместимость".*  
  
**8) Как определить свой тип**  
  
Для определения типа существуют различные тесты. Суть этих тестов заключается в следующем. Вам нужно из 4-х пар характеристик выбрать в каждой паре ту, которая, как вам кажется, наиболее соответствует вашему стилю поведения, стилю мышления, стилю принятия решений, образу действий и т.д.

**Тест**

|  |  |
| --- | --- |
| **Экстраверт** | **Интроверт** |
| \*говорить | \*слушать |
| \*ориентирован во внешний мир | \*ориентирован внутрь себя |
| \*высказываться вслух | \*переживать в себе |
| \*общительность | \*сосредоточенность |
| \*разговорчивый | \*замкнутый |
| \*оживленный | \*спокойный |
| \*широта | \*глубина |
| \*шумный | \*тихий |
| \*расходование энергии | \*сохранение энергии |

*Экстраверт (E - Extravert) или Интроверт (I - Introvert)*  
Первый признак типа личности характеризует способ взаимодействия с окружающим миром: куда человек направляет свою энергию. Каждый склонен ориентироваться либо во внешний мир, либо на мир внутренних ощущений. Людей, ориентированных вовне, принято называть экстравертами (E). Тех же, кто более склонен к миру внутреннему, называют интровертами (I).   
Если Вы *экстраверт (E),* то Вы очень общительны, постоянно ищите контакта с людьми. Вы легко идете на контакт и всегда находите тему для разговора, не любите долго оставаться наедине с собой. Ваши интересы лежат в различных областях, круг Ваших знакомых очень широк. Вы склонны к активной деятельности, потому как познаете мир на собственном опыте. Любите быть в центре внимания и событий, умеете радоваться жизни "здесь и сейчас". При постановке задачи и принятии решения Вы стремитесь активно советоваться с окружающими, однако больше говорите сами, чем слушаете. Вам свойственно сначала высказаться, а потом осмыслить произнесенное. Поэтому бывают моменты, когда по окончании дискуссии Вы упрекаете себя: "Когда, наконец, я научусь держать язык за зубами?"  
Если Вы *интроверт (I),* то основная часть Вашей энергии направлена на внутренний мир переживаний и чувств. Вы любите проводить много времени в одиночестве. Большое количество людей вокруг утомляет Вас. Ваши знакомые немногочисленны, но на большинство из них можно положиться. Вы не любите быть в центре внимания, сдержаны в проявлении эмоций. Прежде чем исследовать мир на опыте, пытаетесь понять его умом и потому отличаетесь не широтой, а глубиной познания. При постановке задачи и принятии решения обдумываете вопрос прежде чем вынести его на всеобщее обсуждение. Считаетесь хорошим слушателем. Вам свойственно сперва думать, а потом говорить. Поэтому иногда по окончании дискуссии Вы упрекаете себя: "Почему я не сказал...?"

|  |  |
| --- | --- |
| **Сенсорик** | **Интуит** |
| \*работа | \*вдохновение |
| \*настоящее | \*будущее |
| \*стабильность | \*новые возможности |
| \*конкретный | \*абстрактный |
| \*практик | \*фантазёр |
| \*буквальный | \*фигуральный |
| \*фактический | \*теоретический |
| \*применение на практике | \*поиск скрытого смысла |
| \*реалист | \*идеалист |

*Сенсорный (S - Sensing) или Интуитивный (N - iNtuitive)*  
Второй признак типа личности характеризует способ восприятия информации.   
Если Вы наблюдете за миром и собираете информацию буквально, используя прагматичный, утилитарный подход, то Ваше восприятие *сенсорное (S).* Вам нравиться осязать, обонять, слышать, видеть, пробовать на вкус. Вы предпочитаете фокусировать внимание на фактах и деталях, а не на том, что они значат. Задаете четкие вопросы и ожидаете таких же четких и точных ответов. Теориям предпочитаете факты, детали видите лучше, чем картину в целом. Концентрируетесь на том, что делаете в данный момент, не думая, что за этим последует. Более того, Вы будете скорее что-то делать, чем думать об этом.   
Если же Вы, получив информацию посредством пяти органов чувств, начинаете интуитивно искать взаимосвязи, скрытое значение, то Ваше восприятие *интуитивное (N).* Вы фиксируете внимание на умозаключениях и выводах, не любите детали и считаете их скучными, видите картину в целом лучше, чем ее отдельные элементы. На любой тип вопросов, будь то точные или общие, склонны давать общие ответы. Имеете обыкновение думать сразу о нескольких вещах, потому иногда Вас воспринимают как рассеянного человека. Работая над чем-то, постоянно думаете, что за этим последует, стремитесь увидеть события в развитии.

|  |  |
| --- | --- |
| **Логик** | **Этик** |
| \*мысли | \*чувства |
| \*логичный | \*сентиментальный |
| \*анализировать | \*сопереживать |
| \*объективный | \*субъективный |
| \*справедливый | \*гуманный |
| \*чёткость | \*гармония |
| \*склонный к критике | \*добро- желательный |
| \*твёрдый | \*мягкосердечный |
| \*голова | \*сердце |

*Логик (Мыслительный (T - Thinking)) или Этик (Чувствующий (F - Feeling))*  
Третий признак типа личности характеризует способ принятия решений.   
Если Вы, принимая решение, руководствуетесь логикой, беспристрастны, объективны, то Вы относитесь к мыслительному типу (логик) (T). Вы принимаете окончательное решение только после того, как проанализируете все факты. Обладаете скорее волевым, чем мягким характером, способны оставаться невозмутимым и сдержанным в ситуациях, в которых другие теряют самообладание. Вы гордитесь своей объективностью, даже несмотря на обвинения в равнодушии.   
Если Вы принимаете решение исходя из личных, субъективных оценок происходящего, то Вы относитесь к людям чувствующим (этик) (F). Вы считаете правильным решением то, которое учитывает чувства людей. Выяснению истины предпочитаете согласие, стремитесь сгладить конфликт. Вы с удовольствием оказываете людям услуги, даже несмотря на то что некоторые этим злоупотребляют. Самое важное для Вас - как повлияет решение на тех, кого оно касается.

|  |  |
| --- | --- |
| **Рационал** | **Иррационал** |
| \*дисциплина | \*раскрепощённость |
| \*план | \*импровизация |
| \*организованный | \*импульсивный |
| \*решать | \*подождать |
| \*структура | \*течение |
| \*расписание | \*свобода действий |
| \*определённый | \*ориентировочный |
| \*управлять | \*адаптироваться |
| \*заканчивать | \*начинать |

Рациональный (Решающий (J - Judging)) или Иррациональный (Воспринимающий (P - Perceiving))  
Четвертый признак типа личности определяет, какой функцией - сбор информации или принятие решений - главным образом пользуется человек.   
Если Вы принадлежите к *рациональному (решающему) типу (J),* то любите четко организованную жизнь. Вы стремитесь все спланировать, урегулировать, проконтролировать. Любите порядок и всегда следите, чтобы все было на своих местах. Ведете записи того, что нужно сделать. Не любите неожиданностей, изменение ситуации выбивает Вас из колеи. Вы всегда доводите работу до конца.   
Если Вы принадлежите к *иррациональному (воспринимающему) типу (P),* то ведете более свободный образ жизни. Планирование не является Вашей сильной стороной. Вы не стремитесь управлять жизнью и легко приспосабливаетесь к изменению ситуации. Неопределенность не гнетет Вас. Для того, чтобы уложиться в срок, делаете рывок в последнюю минуту. Не любите, когда Вас чем-то обязывают. Не торопитесь с принятием решения. Работа не имеет для Вас смысла, если она не интересна. Вы не всегда доводите начатое дело до конца.   
  
**Анкета для определения психотипа**  
  
1. Скажите, что в вас особенно ценят друзья? Какие качества они выделяют? Как вы думаете, они правы? А какие качества вы особенно цените в людях? С какими людьми дружите? Почему?  
  
2. Как вы составляете мнение о человеке при новом знакомстве? На что вы обращаете внимание?   
  
3. Как вы относитесь к опозданиям? С вами такое случается? Как вы реагируете, когда кто-то опаздывает? Как вы боретесь со своими опозданиями? Задержка на какое время уже будет опозданием?  
  
4. Что для вас уют, комфорт, удобство? Это разные понятия или нет? Когда вам хочется уюта, что вы делаете? А когда хочется комфорта?  
  
5. Вы всегда знаете, какая одежда вам подходит? Почему? Как вы принимаете решение о покупке? Вам важно, чтобы ваш внешний вид похвалили, или это не обязательно? А если вас критикуют?  
  
6. Вам свойственно советовать другим, какую одежду им стоит носить? Почему? А как вы относитесь к подобным советам в свой адрес? Почему?  
  
7. Вы обращаете внимание на то, как одеваются ваши коллеги? Вы сразу видите обновку на человеке?  
  
8. Опишите свои любимые духи. Как они пахнут? Почему вы выбрали именно их?  
  
9. Что такое - приятное физиологическое ощущение? Приведите пример? Неприятное ощущение? Что вы делаете, чтобы получать приятные ощущения?  
  
10. Предположим у вас сломался компьютер/телевизор/стиральная машина, что вы будете делать? Как вообще воспринимаете ситуацию, когда вдруг что-то ломается в самый неподходящий момент? Как на нее реагируете?  
  
11. Допустим, начальство поручило вам сделать какую-нибудь работу, часть какого-нибудь общего проекта, а вы - не сделали (или не справились, или забыли.. ). Что вы чувствуете в такой ситуации? Насколько она характерна для вас?  
  
12. Что вы делаете, когда за неделю до зарплаты у вас заканчиваются деньги? Такая ситуация для вас вообще характерна?  
  
13. Сколько времени вам понадобиться, чтобы освоиться в новом коллективе? Что вы будете делать для этого? Как поймете, что коллектив вас уже принял?  
  
14. Вы часто спорите? Почему? Спор и дискуссия – это одно и тоже? Вы можете признать себя неправым? Это для вас легко?  
  
15. Близкий человек почему-то надулся, ходит мрачный, насупленный, не разговаривает. Как вы воспринимаете подобную ситуацию? Что делаете?  
  
16. Вы можете определить, какое настроение у человека? Как вы это видите? Вы можете изменить настроение человека? Что вы для этого делаете?  
  
17. После ссоры вам свойственно идти на примирение первым? Почему? Вы можете поссориться по собственной инициативе? Зачем?  
  
18. Что для вас важнее: любить или быть любимым? Почему? Как вы чувствуете себя в ситуации безответной любви? Как поступаете?  
  
19. Как вы видите, чувствуете, понимаете, что человек относится к вам хорошо или плохо? Вы часто ошибаетесь в этом? Если вам кто-то говорит, что относится к вам очень хорошо, как вы это воспринимаете?  
  
20. Что такое духовный, гармоничный человек? Что такое негармоничный или недуховный человек? Гармоничны ли вы?  
  
*\*Взято с сайта your-ideal.com*

[Hosted by uCoz](http://www.ucoz.ru/)

http://r.caiel.ru/favicon.gif?5479